CN 14-1033/R

人人健康

Every one is well

中国社区健康促进读物

2012年 第19期 总第336期

——人人健康10月上半月——

中国优秀科普期刊

三晋献血
用血液温暖人生

如何远离手机幻听

性健康的10个小问题

养生要走正道

秋季进补吃什么

皮肤瘙痒 糖尿病的最早预兆

最常见的妇科疾病——宫颈糜烂

打造有温度的医院

全科医生离您有多远

脂肪肝的病因及防治

定价：人民币8.00元
ISSN 1004-597X
19 >
9 771004 597001
邮发代号：22-29

山西省卫生厅主管　山西省健康教育中心主办

本刊广告发行热线
（0351）6861522
13803495333

万方数据

人人健康 目次

总第 336 期　2012 年第 19 期　（1982 年创刊）

广告、发行热线直拨：13803495333

新 闻

健康时评

1　挂号难为何成了“老大难”

健康快报

8

特别主题

10　打造有温度的医院
做一个有温度的医生

城市创卫

14　从卫生屯留向健康屯留迈进

本月聚焦

18　别让肛周疾病陪你过节

记者观察

20　养生要走正“道”

团队访问

23　全科医生离您有多远

人人健康医院

就医指南

25　协和就医挂号攻略

专家门诊

26　靶向治疗：晚期肺癌的新希望
脂肪肝的病因及防治
重视脊髓疾患肌无力，肌萎缩

每月一解

29　一种新型的寄生虫病——犬恶丝虫病

金色年华

30　老年人如何应对类风湿性关节炎
老年人驼背中的危机

心血管保健

32　心血管疾病的“堰塞湖”现象
心肌梗死并非“一梗就死”
心跳的 5 个误解

高血压防治

34　高血压非药物干预

糖尿病之友

36　好习惯降低 2 型糖尿病死亡率
糖友运动的注意事项
糖友突发视物不清应查眼底
皮肤瘙痒，糖尿病的最早预兆

家庭用药指南

38　警惕药物引起的胃病
药物抑郁巧识别
吃胶囊的四个为什么
有些药物吃起来如吸毒

儿童保健

40　呵护孩子，预防龋齿
宝宝秋季喝水的重要性

癌症关怀

42　晚期肺癌疼痛如何治疗
肿瘤晚期疼痛的护理

医患连线

44　普通人能喝全脂奶吗
中风后疑心重该怎么办
什么原因引起的手脚蜕皮
便秘能自己灌肠吗

万方数据

生 活

他健康

46 男性不育泌尿检查是关键
尿道炎不可盲目自治
正常遗精对男性生育毫无影响

她健康

48 乌鸡白凤丸的适宜人群
最常见的妇科疾病——宫颈糜烂

新中医时代

50 秋季进补吃什么?
秋季如何养护肝肺
如何正确吃姜

健康自测

52 你哪里上火了?
产后抑郁简便自测法

心理处方

54 让心灵晒晒太阳,别老觉得自己受伤
如何远离手机幻听
老人总是哭笑无常的原因

两性地带

56 男人下体弯曲会影响性生活吗?
早泄为何"喜欢"年轻人?
女人性冷淡最大原因是男人
性爱后戏不容忽视
性健康的 10 个小问题

生活百事通

60 洗手与健康
常看电子书小心"脑残"
必须学会的"十养"
长期吸烟者关节炎风险翻倍
舌头保健操你尝试过吗

营养美食

64 几种家常菜的错误搭配
白露养生食疗药膳

67 三晋献血

健康宝石

回味爱·拥有爱

这是属于好莱坞的情话,更是人世间爱的回音。亲爱的读者,让我们一起来倾听爱、相信爱、回味爱……

露丝,赢得那张船票是我一生中最幸运的事。它把我带到你身边,我感到很欣慰。真的,我感到很欣慰。露丝,你必须要答应我,你答应我活下去,绝不放弃,无论发生什么,无论希望有多么渺茫。答应我,露丝,你绝不会食言的是吧?快答应我。

——《泰坦尼克号》

我可能不是一个聪明的人,但我知道什么是爱。

——《阿甘正传》

你是我活下去的唯一理由。我的职责就是保护你,远离他人的伤害……

——《暮光之城:新月》

其实,穿越一条街根本就不难。那取决于街的那一头谁在等你。

——《蓝莓之夜》

我想对你说,希望你永远不会偷窃、撒谎、欺骗。但是,如果一定要偷窃,请偷走我的悲伤;如果一定要撒谎,请在此生每个晚上与我同眠;如果一定要欺骗,请欺骗死亡。没有你的日子,我活不了一天。

——《闰年》

我们害怕变老,却从未意识到,和一个人一起慢慢变老是一件多么幸福的事。

——《附注:我爱你》

有些人浅薄,有些人金玉其外败絮其中,但是总有一天,你会遇到一个绚丽的人,她让你觉得你以前遇到过的所有人都只是浮云。

——《怦然心动》

我觉得我一生的努力就是为了一件事:来这儿找你。

——《廊桥遗梦》

"如果你只有一分钟不到的生命,你会怎么做?"

"我会让每秒都过得有意义。我会再吻你一次。"

——《源代码》

我不会被吓到。我不怕任何事。承受得越多,我就越爱她。危险只会增加我的爱。它会让爱变得敏锐,变得趣味盎然。我会是你需要的唯一天使。你丢下生命的时候,会比你拥有生命时更美。天堂会把你带走,看着你,说:只有一件事可以让灵魂完整,那就是爱。

——《朗读者》

爱和喜欢的区别很简单,如果你爱花,你会给它浇水,喜欢则会摘下它。

——《亚瑟和他的迷你王国》

万方数据